

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУОВ
«Детский сад «Колосок» с. Устинкино
П.В. Лейман
« 3 » 09 2025г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
на « 4 » 09 2025г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
1 ЗАВТРАК			
1.	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Бутерброд со сливочным маслом	0,025/0,003	94,52
ИТОГО:			285,92
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	34,8
ИТОГО:			34,8
3.	ОБЕД		
	Щи с мясом и сметаной	0,150	133,14
	Биточки мясные	0,050	114,83
	Гречка отварная	0,110	141,6
	Соус томатно-сметанный	0,020	13,4
	Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	0,040	32,8
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Компот из сухофруктов с витамином С	0,160	78,19
ИТОГО:			615,4
4.	ПОЛДНИК		
	Сырники со сгущенным молоком	0,050/0,007	167,08
	Напиток лимонный	0,160	46,4
ИТОГО:			213,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1149,6

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	204,0
0,180	43,2
0,035/0,004	130,86
	378,1
0,100	36,6
	36,6
0,200	173,2
0,070	160,76
0,130	167,35
0,030	20,1
0,060	49,21
0,045	130,5
0,180	87,97
	789,1
0,070/0,009	231,6
0,180	52,2
	283,8
	1487,6